



Деревяно
 Директор МАОУ "Гимназия №3"
 И.И. Глухове

МЕНЮ на 26 июня 2023 г.
Понедельник
1-ый день

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Каша рисовая молочная	1	180	24,11	198,56	1	250	33,49	275,78
2	Масло сливочное	1	10	11,38	74,80	1	10	11,38	74,80
3	Сыр твердый порциями (Российский, Голландский)	1	15	15,23	53,34	1	20	20,30	71,12
4	Батон нарезной	2	30	4,65	112,36	2	30	4,65	112,36
5	Какао-напиток витаминизированный (промышленного производства)	1	200	25,71	118,60	1	200	25,71	118,60
6	Черешня свежая	1	110	62,70	53,90	1	130	74,10	63,70
	Итого:		575	143,78	611,56		670	169,63	716,36

ОБЕД

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Салат из цветной капусты помидоров и зелени	1	80	39,34	80,00	1	100	49,18	100,00
2	Суп картофельный с клецками	1	200	19,57	116,94	1	250	24,46	146,18
3	Курица в соусе томатном	1	90	59,53	339,37	1	100	64,75	377,08
4	Соус томатный	1	40	0,00	0,00	1	40	0,00	0,00
5	Каша гречневая рассыпчатая	1	150	12,29	253,05	1	180	14,75	303,66
6	Хлеб пшеничный	1	30	3,57	50,19	2	30	7,14	100,38
7	Хлеб ржано-пшеничный	1	30	3,57	38,96	2	30	7,14	77,91
8	Компот из смеси сухофруктов	1	180	8,10	66,42	1	200	9,00	73,80
9	Шоколад "Аленка"	1	15	33,75	64,50	1	15	33,75	64,50
	Итого:		815	179,72	1009,43		1005	210,17	1243,51
	Итого стоимость 2-х разового питания:			323,50				379,80	

ПОЛДНИК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Пирожок печенный с яйцом и зеленым луком	1	100	39,02	232,16	1	120	52,86	278,59
2	Йогурт Бифилайф (в индивидуальной промышленной упаковке, производитель ООО "Молочный край")	1	200	39,38	136,00	1	200	39,38	136,00
3	Чай с сахаром	1	180	2,50	54,18	1	200	2,66	60,20
	Итого:		480	80,90	422,34		520	94,90	474,79
	Итого стоимость 3-х разового питания:			404,40				474,70	

Зав. производством

Бухгалтер

Начальник лагеря

Л.П. Деревяно

М.В. Гончарова

Н.Е. Аношина



МЕНЮ на 27 июня 2023 г.

Вторник
2-ой день

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет				Возрастная категория 12-18 лет			
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Салат из свежих огурцов	1	60	18,59	50,80	1	100	30,98	84,66
2	Макаронные изделия, запеченные с сыром	1	200	48,84	369,52	1	200	48,84	369,52
3	Масло сливочное	1	10	11,38	74,80	1	10	11,38	74,80
4	Батон нарезной	2	30	9,30	112,36	2	30	9,30	112,36
5	Чай с лимоном	1	180	5,39	54,18	1	200	5,99	60,20
	Итого:		510	93,50	661,66		570	106,49	701,54

ОБЕД

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет				Возрастная категория 12-18 лет			
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Салат Витаминный	1	80	17,79	110,40	1	100	22,24	138,00
2	Свекольник	1	200	33,12	130,68	1	250	41,40	163,35
3	Сметана	1	10	3,47	16,20	1	10	3,47	16,20
4	Суфле рыбное	1	120	92,39	247,97	1	130	93,36	268,63
5	Соус молочный	1	30	5,41	29,76	1	30	5,41	29,76
6	Картофельное пюре	1	150	25,19	148,73	1	180	30,23	178,48
7	Хлеб пшеничный	1	30	3,57	50,19	1	30	3,57	50,19
8	Хлеб ржано-пшеничный	1	30	3,57	38,96	1	30	3,57	38,96
9	Сок фруктовый в ассортименте (разливной)	1	200	20,93	84,44	1	200	20,93	84,44
10	Печенье Чоко Пай (стандартный) в индивидуальной заводской упаковке	1	30	24,57	106,50	2	30	49,14	213,00
	Итого:		880	230,01	963,82		1020	273,31	1181,00
	Итого стоимость 2-х разового питания:			323,50				379,80	

ПОЛДНИК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет				Возрастная категория 12-18 лет			
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Ватрушка с сыром	1	70	26,29	187,82	1	70	26,22	187,82
2	Молоко кипяченое м.д.ж. 3,2% (разливное)	1	180	25,36	108,00	1	200	28,18	120,00
3	Фрукты свежие (яблоки)	1	130	29,25	61,10	1	180	40,50	84,60
	Итого:		380	80,90	356,92		450	94,90	392,42
	Итого стоимость 3-х разового питания:			404,40				474,70	

Зав. производством

Бухгалтер

Начальник лагеря

Л.П. Деревянко

М.В. Гончарова

Н.Е. Аношина



МЕНЮ на 28 июня 2023 г.

Среда
3-ий день

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Каша гречневая молочная	1	180	34,87	231,88	1	250	48,43	322,06
2	Яйцо отварное	1	40	14,88	63,00	1	40	14,88	63,00
3	Сыр твердый порциями (Российский, Голландский)	1	15	15,23	53,34	1	20	20,30	71,12
4	Батон нарезной	1	30	4,65	56,18	1	30	4,65	56,18
5	Кофейный напиток на молоке	1	180	20,94	71,10	1	180	20,94	71,10
6	Йогурт десертный ПРЕМИУМ (в индивидуальной промышленной упаковке, производитель ООО "Фермерское подворье")	1	140	51,00	95,20	1	140	51,00	95,20
Итого:			585	141,57	570,70		660	160,20	678,66

ОБЕД

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Салат из свежих помидоров с перцем	1	80	30,68	87,20	1	100	38,35	109,00
2	Суп картофельный с рыбой	1	200	39,11	186,98	1	250	44,89	233,73
3	Голубцы с мясом и рисом	1	180	63,11	216,00	1	180	63,11	216,00
4	Хлеб пшеничный	1	30	3,57	50,19	1	30	3,22	50,19
5	Хлеб ржано-пшеничный	1	30	3,57	38,96	1	30	3,57	38,96
6	Компот из свежих плодов и ягод	1	180	17,32	68,40	1	180	17,32	68,40
7	Печенье Чоко Пай (стандартный) в индивидуальной заводской упаковке	1	30	24,57	129,00	2	30	49,14	258,00
Итого:			730	181,93	776,73		830	219,60	974,27
Итого стоимость 2-х разового питания:				323,50				379,80	

ПОЛДНИК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Кекс "Столичный" с изюмом	1	70	31,65	170,27	1	90	40,29	218,92
2	Кисель из свежих ягод	1	180	3,35	72,50	1	200	3,60	80,56
3	Груши свежие	1	180	45,90	84,60	1	200	51,00	94,00
Итого:			430	80,90	327,37		490	94,90	393,48
Итого стоимость 3-х разового питания:				404,40				474,70	

Зав. производством

Бухгалтер

Начальник лагеря

Л.П. Деревянко

М.В. Гончарова

Н.Е. Аношина



**МЕНЮ на 29 июня 2023 г.
Четверг
4-ый день**

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет				Возрастная категория 12-18 лет			
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Икра кабачковая	1	80	22,05	95,20	1	100	27,57	119,00
2	Вареники с картофелем	1	160	41,01	222,49	1	180	46,14	250,30
3	Масло сливочное	1	10	11,38	74,80	1	10	11,38	74,80
4	Сыр твердый порциями (Российский, Голландский)	1	15	15,23	53,34	1	15	15,23	53,34
5	Батон нарезной	2	30	9,30	112,36	2	30	9,30	112,36
6	Какао с молоком	1	180	21,14	106,74	1	200	23,49	118,60
	Итого:		505	120,11	664,93		565	133,10	728,40

ОБЕД

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет				Возрастная категория 12-18 лет			
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Салат из моркови с зеленым горошком	1	80	22,74	77,60	1	100	28,43	97,00
2	Суп картофельный с бобовыми (с курицей)	1	200	24,77	173,04	1	250	30,96	216,30
3	Котлеты в красном соусе	1	70	54,87	222,87	1	100	84,19	254,71
4	Соус красный	1	20	0,00	0,00	1	20	0,00	0,00
5	Рис отварной	1	150	10,60	218,03	1	180	12,72	261,64
6	Хлеб пшеничный	2	30	7,14	100,38	2	30	7,14	100,38
7	Хлеб ржано-пшеничный	2	30	7,14	77,91	2	30	7,14	77,91
8	Сок фруктовый в ассортименте (разливной)	1	200	20,93	84,44	1	200	20,93	84,44
9	Вафли в шоколаде "Коровка"	1	50	55,20	175,00	1	50	55,20	175,00
	Итого:		890	203,39	1129,27		1020	246,70	1267,38
	Итого стоимость 2-х разового питания:			323,50				379,80	

ПОЛДНИК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет				Возрастная категория 12-18 лет			
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Булочка молочная	1	50	16,16	157,81	1	60	27,34	189,37
2	Молоко кипяченое м.д.ж. 3,2% (разливное)	1	180	25,36	108,00	1	200	28,18	120,00
3	Йогурт БиФилайф (в индивидуальной промышленной упаковке, производитель ООО "Молочный край")	1	200	39,38	136,00	1	200	39,38	136,00
	Итого:		430	80,90	401,81		460	94,90	445,37
	Итого стоимость 3-х разового питания:			404,40				474,70	

Зав. производством

Бухгалтер

Начальник лагеря

Л.П. Деревянко

М.В. Гончарова

Н.Е. Аношина



МЕНЮ на 30 июня 2023 г.

Пятница
5-ый день

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет				Возрастная категория 12-18 лет			
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Пудинг творожный запеченный	1	130	81,77	302,38	1	160	103,39	383,01
2	Молоко сгущенное	1	20	0,00	0,00	1	30	0,00	0,00
3	Масло сливочное	1	10	11,38	74,80	1	10	11,38	74,80
4	Батон нарезной	1	30	4,65	56,18	1	30	4,65	56,18
5	Чай с лимоном	1	180	5,39	54,18	1	200	5,99	60,20
6	Йогурт десертный (в индивидуальной промышленной упаковке, производитель ООО "ТК-Хабаровск")	1	180	59,40	122,40	1	180	59,40	122,40
Итого:			550	162,59	609,94		610	184,81	696,59

ОБЕД

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет				Возрастная категория 12-18 лет			
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленым луком	1	80	32,76	71,02	1	100	40,95	88,78
2	Суп картофельный с гречневой крупой	1	200	10,04	147,54	1	250	12,55	184,43
3	Картофельная запеканка с мясом	1	165	95,78	366,43	1	200	115,59	444,16
4	Хлеб пшеничный	2	30	7,14	100,38	2	30	7,14	100,38
5	Хлеб ржано-пшеничный	1	30	3,57	38,96	2	30	7,14	77,91
6	Напиток из шиповника	1	200	11,62	78,64	1	200	11,62	78,64
Итого:			735	160,91	802,97		870	194,99	974,29
Итого стоимость 2-х разового питания:				323,50				379,80	

ПОЛДНИК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет				Возрастная категория 12-18 лет			
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Сдоба обыкновенная	1	70	12,72	218,17	1	95	26,71	296,09
2	Нектарины свежие	1	180	47,26	81,00	1	180	47,26	81,00
3	Сок фруктовый в ассортименте (разливной)	1	200	20,93	84,44	1	200	20,93	84,44
Итого:			450	80,90	383,61		475	94,90	461,53
Итого стоимость 3-х разового питания:				404,40				474,70	

Зав. производством

Бухгалтер

Начальник лагеря

Л.П. Деревянок

М.В. Гончарова

Н.Е. Аношина



**МЕНЮ на 3 июля 2023 г.
Понедельник
6-ой день**

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет				Возрастная категория 12-18 лет			
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Горошек зеленый консервированный	1	30	12,69	12,00	1	50	21,15	20,00
2	Кукуруза консервированная	1	30	16,96	13,50	1	50	28,27	22,50
3	Омлет с сыром	1	150	64,76	315,11	1	160	69,08	336,12
4	Батон нарезной	1	30	4,65	56,18	1	30	4,65	56,18
5	Чай с сахаром	1	180	3,35	54,18	1	200	3,72	60,20
6	Йогурт БиФилайф (в индивидуальной промышленной упаковке, производитель ООО "Молочный край")	1	200	39,38	136,00	1	200	39,38	136,00
	Итого:		620	141,79	586,97		690	166,25	631,00

ОБЕД

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет				Возрастная категория 12-18 лет			
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Салат из редиса с огурцами и яйцом	1	80	28,26	83,94	1	100	35,33	104,93
2	Борщ с капустой и картофелем	1	200	32,47	124,16	1	250	40,59	155,20
3	Сметана	1	10	3,47	16,20	1	10	3,47	16,20
4	Оладьи из печени по-кунцевски в сметанном соусе	1	100	58,51	252,77	1	120	66,65	303,32
5	Соус сметанный	1	30	6,17	24,60	1	30	6,17	24,60
6	Картофель отварной	1	150	24,76	133,46	1	180	29,71	160,15
7	Хлеб пшеничный	1	30	3,57	50,19	2	30	7,14	100,38
8	Хлеб ржано-пшеничный	1	30	3,57	38,96	1	30	3,57	38,96
9	Сок фруктовый в ассортименте (разливной)	1	200	20,93	84,44	1	200	20,93	84,44
	Итого:		830	181,71	808,71		980	213,56	988,17
	Итого стоимость 2-х разового питания:			323,50			379,80		

ПОЛДНИК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет				Возрастная категория 12-18 лет			
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Пирожок печенный с яблочным фаршем	1	100	27,04	260,38	1	100	27,04	260,38
2	Молоко кипяченое м.д.ж. 3,2% (разливное)	1	180	25,36	108,00	1	200	28,18	120,00
3	Черешня свежая	1	50	28,50	24,50	1	70	39,68	34,30
	Итого:		330	80,90	392,88		370	94,90	414,68
	Итого стоимость 3-х разового питания:			404,40			474,70		

Зав. производством

Бухгалтер

Начальник лагеря

Л.П. Деревянко

М.В. Гончарова

Н.Е. Аношина



МЕНЮ на 4 июля 2023 г.
Вторник
7-ой день

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Вареники с творогом	1	150	58,01	243,58	1	180	69,61	292,30
2	Соус молочный сладкий	1	30	7,07	39,15	1	30	7,07	39,15
3	Сыр твердый порциями (Российский, Голландский)	1	15	15,23	53,34	1	20	20,31	71,12
4	Батон нарезной	1	30	4,65	56,18	1	30	4,65	56,18
5	Кофейный напиток на молоке	1	180	20,94	71,10	1	180	20,94	71,10
6	Творожок (в индивидуальной промышленной упаковке, производитель ООО "Молочный край")	1	100	72,00	124,24	1	100	72,00	124,24
Итого:			505	177,90	587,59		540	194,58	654,09

ОБЕД

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Салат из цветной капусты помидоров и зелени	1	80	39,34	80,00	1	100	49,18	100,00
2	Суп картофельный с макаронными изделиями с кур.	1	200	21,68	170,14	1	250	27,10	212,68
3	Азу	1	150	56,22	229,38	1	180	75,06	275,26
4	Хлеб пшеничный	2	30	7,14	100,38	2	30	7,14	100,38
5	Хлеб ржано-пшеничный	1	30	3,57	38,96	2	30	7,14	77,91
6	Кисель из свежих ягод	1	180	17,65	72,50	1	200	19,61	80,56
Итого:			700	145,60	691,36		850	185,23	846,78
Итого стоимость 2-х разового питания:				323,50				379,80	

ПОЛДНИК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Пирожок печенный с картошкой	1	90	22,32	231,52	1	100	24,80	257,24
2	Сок фруктовый в ассортименте (разливной)	1	200	20,93	84,44	1	200	20,93	84,44
3	Яблоки свежие	1	165	37,65	77,55	1	215	49,17	101,05
Итого:			455	80,90	393,51		515	94,90	442,73
Итого стоимость 3-х разового питания:				404,40				474,70	

Зав. производством

Бухгалтер

Начальник лагеря

Л.П. Деревянко

М.В. Гончарова

Н.Е. Аношина



МЕНЮ на 5 июля 2023 г.

Среда
8-ой день

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес"	1	180	23,41	203,81	1	250	32,08	283,07
2	Масло сливочное	1	10	11,38	74,80	1	10	11,38	74,80
3	Сыр твердый порциями (Российский, Голландский)	1	15	15,23	53,34	1	20	20,30	71,12
4	Батон нарезной	1	30	4,65	56,18	2	30	9,30	112,36
5	Чай с лимоном	1	180	5,24	54,18	1	200	5,82	60,20
6	Бананы свежие	1	170	43,35	163,20	1	220	56,10	211,20
Итого:			585	103,26	605,51		760	134,98	812,75

ОБЕД

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Салат из свежих помидоров и огурцов с репч. луком	1	80	26,39	71,02	1	100	32,99	88,78
2	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	1	200	30,46	141,04	1	250	38,08	176,30
3	Сметана	1	10	3,47	16,20	1	10	3,47	16,20
4	Бефстроганов	1	90	66,48	174,60	1	100	73,46	194,00
5	Макаронные изделия отварные	1	150	10,17	212,62	1	200	13,56	283,49
6	Хлеб пшеничный	1	30	3,57	50,19	1	30	3,57	50,19
7	Хлеб ржано-пшеничный	1	30	3,57	38,96	1	30	3,57	38,96
8	Сок фруктовый в ассортименте (разливной)	1	200	20,93	84,44	1	200	20,93	84,44
9	Вафли в шоколаде "Коровка"	1	50	55,20	175,00	1	50	55,20	175,00
Итого:			840	220,24	964,07		970	244,82	1107,36
Итого стоимость 2-х разового питания:				323,50				379,80	

ПОЛДНИК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Пирожок печенный с капустой	1	100	27,40	236,82	1	120	41,24	284,18
2	Чай с сахаром	1	180	2,50	54,18	1	200	2,66	60,20
3	Йогурт десертный ПРЕМИУМ (в индивидуальной промышленной упаковке, производитель ООО "Фермерское подворье")	1	140	51,00	95,20	1	140	51,00	95,20
Итого:			420	80,90	386,20		460	94,90	439,58
Итого стоимость 3-х разового питания:				404,40				474,70	

Зав. производством

Бухгалтер

Начальник лагеря

Л.П. Деревянко

М.В. Гончарова

Н.Е. Аношина



МЕНЮ на 6 июля 2023 г.
Четверг
9-ый день

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет				Возрастная категория 12-18 лет			
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Запеканка пшеничная с яблоками	1	150	41,73	297,08	1	200	55,64	396,11
2	Молоко сгущенное	1	20	0,00	0,00	1	40	0,00	0,00
3	Масло сливочное	1	10	11,38	74,80	1	10	11,38	74,80
4	Батон нарезной	1	30	4,65	56,18	2	30	9,30	112,36
5	Чай с сахаром	1	180	2,50	54,18	1	200	2,78	60,20
6	Йогурт десертный ПРЕМИУМ (в индивидуальной промышленной упаковке, производитель ООО "Фермерское подворье")	1	140	51,00	95,20	1	140	51,00	95,20
Итого:			530	111,26	577,44		650	130,10	738,67

ОБЕД

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет				Возрастная категория 12-18 лет			
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Салат из белокачанной капусты с морковью	1	80	11,35	108,80	1	100	13,76	136,00
2	Суп картофельный с фрикадельками мясными	1	200	48,46	132,03	1	250	60,58	165,04
3	Рыба припущенная	1	130	71,14	178,53	1	130	81,90	178,53
4	Картофельное пюре	1	150	25,19	148,73	1	180	30,23	178,48
5	Хлеб пшеничный	1	30	3,57	50,19	2	30	7,14	100,38
6	Хлеб ржано-пшеничный	1	30	3,57	38,96	2	30	7,14	77,91
7	Напиток брусничный	1	180	15,21	73,26	1	180	15,21	73,26
8	Шоколад "Аленка"	1	15	33,75	64,50	1	15	33,75	64,50
Итого:			815	212,24	795,00		975	249,70	974,10
Итого стоимость 2-х разового питания:				323,50				379,80	

ПОЛДНИК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет				Возрастная категория 12-18 лет			
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Кекс "Столичный" с изюмом	1	80	33,72	194,59	1	105	47,72	255,41
2	Сок фруктовый в ассортименте (разливной)	1	200	20,93	84,44	1	200	20,93	84,44
3	Нектарины свежие	1	100	26,25	45,00	1	100	26,25	45,00
Итого:			380	80,90	628,16		405	94,90	384,85
Итого стоимость 3-х разового питания:				404,40				474,70	

Зав. производством

Бухгалтер

Начальник лагеря

Л.П. Дервянко

М.В. Гончарова

Н.Е. Аношина



МЕНЮ на 7 июля 2023 г.
 Пятница
 10-ый день

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Овощи натуральные (огурцы свежие)	1	60	11,03	8,40	1	100	18,38	19,90
2	Омлет натуральный	1	160	53,36	235,26	1	160	53,36	235,26
3	Сыр твердый порциями (Российский, Голландский)	1	15	15,23	53,34	1	20	20,30	71,12
4	Батон нарезной	2	30	9,30	112,36	2	30	9,30	112,36
5	Какао с молоком	1	180	21,14	106,74	1	200	23,49	118,60
6	Печенье Чоко Пай (стандартный) в индивидуальной заводской упаковке	1	30	24,57	106,50	1	30	24,57	106,50
	Итого:		505	134,62	622,60		570	149,40	663,74

ОБЕД

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Салат "Весна"	1	80	22,84	49,60	1	100	28,55	62,00
2	Суп картофельный с бобовыми с говядиной	1	200	30,86	173,04	1	250	38,58	216,30
3	Плов из отварной птицы	1	180	61,51	440,68	1	180	71,07	440,68
4	Хлеб пшеничный	1	30	3,57	50,19	2	30	7,14	100,38
5	Хлеб ржано-пшеничный	1	30	3,57	38,96	2	30	7,14	77,91
6	Сок фруктовый в ассортименте (разливной)	1	200	20,93	84,44	1	200	20,93	84,44
7	Черешня свежая	1	80	45,60	39,20	1	100	57,00	49,00
	Итого:		800	188,88	876,11		950	230,41	1030,71
	Итого стоимость 2-х разового питания:			323,50				379,80	

ПОЛДНИК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Цена	Калорийность, ккал
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Ватрушка с творогом	1	50	16,16	134,16	1	80	27,34	214,65
2	Молоко кипяченое м.д.ж. 3,2% (разливное)	1	180	25,36	108,00	1	200	28,18	120,00
3	Йогурт БиФилайф (в индивидуальной промышленной упаковке, производитель ООО "Молочный край")	1	200	39,38	136,00	1	200	39,38	136,00
	Итого:		430	80,90	378,16		480	94,90	470,65
	Итого стоимость 3-х разового питания:			404,40				474,70	

Зав. производством

Бухгалтер

Начальник лагеря

Л.П. Деревянко

М.В. Гончарова

Н.Е. Аношина



Утверждено
 Директор МАОУ "Гимназия №3
 И.И. Глухова

МЕНЮ на 10 июля 2023 г.
 Понедельник
 11-ый день

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Запеканка из творога	1	150	79,55	328,53	1	180	112,86	394,24
2	Повидло	1	20	5,15	23,19	1	20	5,15	23,19
3	Батон нарезной	2	30	4,65	112,36	3	30	6,98	168,54
4	Чай с лимоном	1	180	5,24	54,18	1	200	5,82	60,20
5	Йогурт десертный (в индивидуальной промышленной упаковке, производитель ООО "ТК-Хабаровск")	1	180	59,40	122,40	1	180	59,40	122,40
Итого:			590	153,99	640,66		670	190,21	768,57

ОБЕД

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Салат "Летний"	1	80	14,98	79,20	1	100	18,73	99,00
2	Щи из свежей капусты с картофелем	1	200	28,56	78,82	1	250	35,70	98,53
3	Сметана	1	15	5,21	24,30	1	15	5,21	24,30
4	Жаркое по-домашнему	1	180	88,83	307,22	1	180	88,93	307,22
5	Хлеб пшеничный	2	30	7,14	100,38	3	30	10,71	150,57
6	Хлеб ржано-пшеничный	2	30	7,14	77,91	3	30	10,71	116,87
7	Кисель из свежих ягод	1	180	17,65	72,50	1	200	19,61	80,56
Итого:			775	169,51	740,33		925	189,60	877,04
Итого стоимость 2-х разового питания:				323,50				379,80	

ПОЛДНИК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Булочка молочная	1	70	19,47	220,93	1	100	33,47	315,62
2	Фрукты свежие (яблоки)	1	180	40,50	84,60	1	180	40,50	84,60
3	Сок фруктовый в ассортименте (разливной)	1	200	20,93	84,44	1	200	20,93	84,44
Итого:			450	80,90	389,97		480	94,90	484,66
Итого стоимость 3-х разового питания:				404,40				474,70	

Зав. производством
 Бухгалтер
 Начальник лагеря

Л.П. Деревянко
 М.В. Гончарова
 Н.Е. Аношина



МЕНЮ на 11 июля 2023 г.

Вторник
12-ый день

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Каша манная молочная жидкая	1	180	21,57	192,08	1	250	32,08	266,78
2	Масло сливочное	1	10	11,38	74,80	1	10	11,38	74,80
3	Сыр твердый порциями (Российский, Голландский)	1	15	15,23	53,34	1	20	20,30	71,12
4	Батон нарезной	1	30	4,65	56,18	2	30	9,30	112,36
5	Кофейный напиток на молоке	1	180	20,94	71,10	1	180	20,94	71,10
6	Бананы свежие	1	230	58,65	220,80	1	260	66,30	249,60
	Итого:		645	132,42	668,30		780	160,30	845,76

ОБЕД

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Салат из моркови с яблоками и курагой	1	80	14,88	81,60	1	100	18,60	102,00
2	Суп с рыбными консервами	1	200	28,55	163,64	1	250	35,69	204,55
3	Печень по-строгановски	1	90	54,52	209,58	1	100	62,91	227,05
4	Соус смеанный	1	30	0,00	0,00	1	30	0,00	0,00
5	Макаронные изделия отварные	1	150	10,17	212,62	1	180	12,20	255,14
6	Хлеб пшеничный	1	30	3,57	50,19	2	30	7,14	100,38
7	Хлеб ржано-пшеничный	1	30	3,57	38,96	2	30	7,14	77,91
8	Сок фруктовый в ассортименте (разливной)	1	200	17,50	84,44	1	200	17,50	84,44
9	Печенье Чоко Пай (стандартный) в индивидуальной заводской упаковке	1	30	24,57	106,50	1	30	24,57	106,50
10	Шоколад "Аленка"	1	15	33,75	64,50	1	15	33,75	64,50
	Итого:		825	191,08	1012,03		995	219,50	1222,47
	Итого стоимость 2-х разового питания:			323,50				379,80	

ПОЛДНИК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Кекс "Столичный" с изюмом	1	50	16,16	121,62	1	80	27,34	194,59
2	Молоко кипяченое м.д.ж. 3,2% (разливное)	1	180	25,36	108,00	1	200	28,18	120,00
3	Йогурт БиФилайф (в индивидуальной промышленной упаковке, производитель ООО "Молочный край")	1	200	39,38	136,00	1	200	39,38	136,00
	Итого:		430	80,90	669,75		480	94,90	450,59
	Итого стоимость 3-х разового питания:			404,40				474,70	

Зав. производством

Бухгалтер

Начальник лагеря

Л.П. Дервянко

М.В. Гончарова

Н.Е. Аношина

МЕНЮ на 12 июля 2023 г.

Среда
13-ый день

ЗАВТРАК



№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Овощи натуральные (помидоры)	1	60	19,10	11,94	1	100	31,83	19,90
2	Котлеты рубленые из курицы в соусе	1	80	45,31	204,00	1	90	49,84	224,40
3	Соус красный основной	1	20	0,00	0,00	1	20	0,00	0,00
4	Каша гречневая рассыпчатая	1	150	12,29	253,05	1	180	14,75	303,66
5	Батон нарезной	1	30	4,65	56,18	2	30	9,30	112,36
6	Чай с сахаром	1	180	2,50	54,18	1	200	2,78	60,20
7	Ирис "Меллер" в ассортименте	1	38	75,17	163,40	1	38	75,17	163,40
	Итого:		558	159,02	742,75		688	183,67	883,92

ОБЕД

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Салат из свежих огурцов	1	80	26,38	67,73	1	100	32,98	84,66
2	Суп картофельный с макаронными изделиями с гов.	1	200	27,74	170,14	1	250	34,68	212,68
3	Гуляш из отварной говядины	1	90	79,42	222,66	1	100	90,64	247,40
4	Каша гороховая	1	150	12,13	242,85	1	180	14,56	291,42
5	Хлеб пшеничный	1	30	3,57	50,19	2	30	7,14	100,38
6	Хлеб ржано-пшеничный	2	30	7,14	77,91	2	30	7,14	77,91
7	Компот из смеси сухофруктов	1	180	8,10	66,42	1	200	9,00	73,80
	Итого:		790	164,48	897,90		950	196,13	1088,25
	Итого стоимость 2-х разового питания:			323,50				379,80	

ПОЛДНИК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Пирожок печенный с яблочным фаршем	1	80	21,45	208,30	1	100	28,85	260,38
2	Кисель витаминизированный (промышленного производств	1	180	13,55	72,50	1	200	15,06	80,56
3	Груши свежие	1	180	45,90	84,60	1	200	51,00	94,00
	Итого:		440	80,90	365,40		500	94,90	434,94
	Итого стоимость 3-х разового питания:			404,40				474,70	

Зав. производством

Бухгалтер

Начальник лагеря

Л.П. Деревянко

М.В. Гончарова

Н.Е. Аношина



МЕНЮ на 13 июля 2023 г.
Четверг
14-ый день

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Каша ячневая молочная	1	180	25,23	226,12	1	250	35,04	314,06
2	Яйцо отварное	1	40	14,88	63,00	1	40	14,88	63,00
3	Масло сливочное	1	10	11,38	74,80	1	10	11,38	74,80
4	Батон нарезной	1	30	4,65	56,18	2	30	9,30	112,36
5	Какао с молоком	1	180	21,14	106,74	1	200	23,49	118,60
6	Фрукты свежие (яблоки)	1	150	33,75	70,50	1	220	49,55	103,40
Итого:			590	111,03	597,34		780	143,64	786,22

ОБЕД

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Салат из свеклы с сыром	1	80	15,12	120,06	1	100	18,90	150,08
2	Рассольник	1	200	30,92	97,00	1	250	38,65	121,25
3	Сметана	1	10	3,47	16,20	1	10	3,47	16,20
4	Тефтели в соусе	1	70	46,67	164,45	1	70	46,67	164,45
5	Соус сметанный с томатом	1	30	0,00	0,00	1	30	0,00	0,00
6	Картофельное пюре	1	150	25,19	148,73	1	180	30,23	178,48
7	Хлеб пшеничный	1	30	3,57	50,19	2	30	7,14	100,38
8	Хлеб ржано-пшеничный	1	30	3,57	38,96	2	30	7,14	77,91
9	Сок фруктовый в ассортименте (разливной)	1	200	20,93	84,44	1	200	20,93	84,44
10	Коктейль молочный м.д.ж. 2,5%-3,5%	1	200	63,03	125,00	1	200	63,03	125,00
Итого:			1000	212,47	845,03		1160	236,16	1018,19
Итого стоимость 2-х разового питания:				323,50				379,80	

ПОЛДНИК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Сдоба обыкновенная	1	60	16,15	187,00	1	100	27,34	311,67
2	Молоко кипяченое м.д.ж. 3,2% (разливное)	1	180	25,36	108,00	1	200	28,18	120,00
3	Йогурт БиФилайф (в индивидуальной промышленной упаковке, производитель ООО "Молочный край")	1	200	39,38	136,00	1	200	39,38	136,00
Итого:			440	80,90	431,00		500	94,90	567,67
Итого стоимость 3-х разового питания:				404,40				474,70	

Зав. производством

Бухгалтер

Начальник лагеря

Л.П. Деревянко

М.В. Гончарова

Н.Е. Аношина



МЕНЮ на 14 июля 2023 г.

Пятница
15-ый день

ЗАВТРАК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Каша рисовая молочная	1	180	24,11	198,56	1	250	33,49	275,78
2	Масло сливочное	1	10	11,38	74,80	1	10	11,38	74,80
3	Сыр твердый порциями (Российский, Голландский)	1	15	15,23	53,34	1	20	20,30	71,12
4	Батон нарезной	2	30	4,65	112,36	2	30	4,65	112,36
5	Какао-напиток витаминизированный (промышленного производства)	1	200	25,71	118,60	1	200	25,71	118,60
6	Сливы свежие	1	180	62,70	88,20	1	210	74,10	102,90
Итого:			645	143,78	645,86		750	169,63	755,56

ОБЕД

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Салат из цветной капусты помидоров и зелени	1	80	39,34	80,00	1	100	49,18	100,00
2	Суп картофельный с клецками	1	200	19,57	116,94	1	250	24,46	146,18
3	Курица в соусе томатном	1	90	59,53	339,37	1	100	64,75	377,08
4	Соус томатный	1	40	0,00	0,00	1	40	0,00	0,00
5	Каша гречневая рассыпчатая	1	150	12,29	253,05	1	180	14,75	303,66
6	Хлеб пшеничный	1	30	3,57	50,19	2	30	7,14	100,38
7	Хлеб ржано-пшеничный	1	30	3,57	38,96	2	30	7,14	77,91
8	Компот из смеси сухофруктов	1	180	8,10	66,42	1	200	9,00	73,80
9	Шоколад "Аленка"	1	15	33,75	64,50	1	15	33,75	64,50
Итого:			815	179,72	1009,43		1005	210,17	1243,51
Итого стоимость 2-х разового питания:				323,50				379,80	

ПОЛДНИК

№	Наименование блюда	Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет				
		Выход		Цена	Калорийность, ккал	Выход		Калорийность, ккал	
		Кол-во	Масса порции			Кол-во	Масса порции		
1	Пирожок печенный с яйцом и зеленым луком	1	100	39,02	232,16	1	120	52,86	278,59
2	Йогурт БиФилайф (в индивидуальной промышленной упаковке, производитель ООО "Молочный край")	1	200	39,38	136,00	1	200	39,38	136,00
3	Чай с сахаром	1	180	2,50	54,18	1	200	2,66	60,20
Итого:			480	80,90	422,34		520	94,90	474,79
Итого стоимость 3-х разового питания:				404,40				474,70	

Зав. производством

Бухгалтер

Начальник лагеря

Л.П. Деревянко

М.В. Гончарова

Н.Е. Аношина